



Программа одобрена цикловой  
методической  
комиссией общего гуманитарного  
и социально-экономического и  
естественнонаучного цикла

Протокол №1 от

«30» 08 2023г

Председатель

ЦМК

Лыкова С.А

Программа разработана  
на основе Федерального  
государственного образовательного  
стандарта среднего  
профессионального образования

для специальности  
31.02.01 Лечебное дело

Зам.директора по УР

И.В.Уварова

«30» 08 2023г.

Преподаватель:

ГБПОУ СК «Пятигорский медицинский колледж»

Преподаватель физического воспитания Лобачев В.П.

Преподаватель физического воспитания Малюков А.С.

## Содержание

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21
5. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	22

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОГСЭ.04. Физическая культура

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью ППСЗ, в соответствии с ФГОС по специальности 31.02.01 «Лечебное дело».

Реализация рабочей программы возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;  
- основы здорового образа жизни

#### **Перечень формируемых компетенций:**

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

**1.4. количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**  
максимальной учебной нагрузки обучающегося 112 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 56 часа;  
самостоятельной работы обучающегося 56 часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>112</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>56</b>
в том числе:	
практические занятия	56
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>56</b>
в том числе:	
составление комплексов упражнений	2
самостоятельная работа над оздоровительной программой (для студентов специальной медицинской группы)	8
Реферат	10
Практическая самостоятельная работа с использованием дневника самоконтроля по оценке уровня физического развития	36

## 2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОГСЭ.04 Физическая культура

Наименование разделов и тем	Практические занятия учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Основы физической культуры			112/56	
V семестр			26/26	
	<b>Теория и практика физической культуры</b>			
Тема 1.1. Развитие физических качеств силы и выносливости. Часть 2.	<b>Практические занятия</b>		2	1
	1.	Обучение техники бега на средние дистанции с низкого старта. Часть 2.		
	2.	Обучение техники низкого старта.		
	3.	Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения).		
	4.	Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.)		
	5.	Овладение и закрепление скоростных способностей.		
	<b>Самостоятельная работа</b>		8	
	1.	Тематика рефератов: - Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие. - Медицинские противопоказания при занятиях физическими		

	<p>упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).</p> <p>- Рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе).</p> <p>- Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием дозировки).</p> <p>- Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов и т.п.).</p>		
<b>Раздел 2. Легкая атлетика</b>			
<b>Тема 2.1.</b> <b>Развитие аэробных функциональных возможностей. Часть 1.</b>	<b>Практические занятия</b>	2	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обучение техники бега на короткие дистанции с низкого старта. Часть 1.</li> <li>2. Обучение техники низкого старта.</li> <li>3. Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения).</li> <li>4. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.)</li> <li>5. Овладение и закрепление скоростных способностей.</li> </ol>		4
<b>Тема 2.2.</b> <b>Развитие аэробных функциональных возможностей, скоростных способностей. Часть 1.</b>	<b>Практические занятия</b>	2	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствование техники бега на короткие дистанции (старт, разбег, финиширование). Часть 2.</li> <li>2. Повышение уровня ОФП.</li> <li>3. Закрепление техники выполнения общих физических упражнений.</li> </ol>		6

	4.	Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике.		
--	----	---	--	--

<b>Тема 2.3.</b> <b>Развитие аэробных функциональных возможностей. Часть 2.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	1.	Совершенствование техники бега на длинные дистанции (старт, разбег, финиширование). Часть 1.		4
2.	Повышение уровня ОФП.			
3.	Закрепление техники выполнения общих физических упражнений.			
4.	Закрепление знаний по правилам судейства в лёгкой атлетике.			
5.	Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 1.			
<b>Тема 2.4.</b> <b>Развитие аэробных функциональных возможностей, скоростных способностей. Часть 2.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	1.	Развивать и совершенствовать технику гибкости и координационных способностей. Часть 2.		4
2.	Овладение специальной техникой, способствующей развитию гибкости и выносливости.			
3.	Разучивание комплексов специальных упражнений.			
4.	Воспитание выносливости.			
5.	Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 2.			
<b>Тема 2.5.</b> <b>Развитие выносливости. подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 1.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	1.	Развивать и совершенствовать технику гибкости и координационных способностей. Часть 3.		3
2.	Овладение специальной техникой, способствующей развитию гибкости и выносливости.			
3.	Подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 3.			

	<b>Самостоятельная работа</b>		8	
	1.	Составление комплексов упражнений.		
	2. 3.	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование техники гибкости и координационных способностей, дыхательные упражнения, утренняя гимнастика.		
<b>Тема 2.6.</b> Развитие выносливости. подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 2.	<b>Практические занятия</b>		4	
	1. 2.	Приём контрольного норматива в беге на 2 км - девушки и 3 км - юноши. Приём контрольного норматива в беге 100 м.		2
<b>Тема 2.8.</b> Развитие выносливости. подготовка к сдаче контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). Часть 3.	<b>Практические занятия</b>		2	
	1. 2. 3. 4.	Овладение техникой строевых упражнений. Овладение техникой и развитие гибкости, координационных способностей. Основные направления развития физических качеств. Подготовка к сдаче контрольных нормативов.		2
<b>Тема 2.9.</b> Приём контрольного норматива в беге на 2 км (дев.) и 3 км (юн.). <b>Тема 2.10.</b> Приём контрольного норматива в беге 100 м.	<b>Практические занятия</b>		2	
	1.	Приём контрольных нормативов.		3
<b>Тема 3.0.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	

<b>Подготовка к сдаче контрольных нормативов. развитие основных физических качеств.</b>	1.	Овладение и развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 1.		3
	2.	Совершенствование техники выполнения аэробных функциональных возможностей, координационных способностей.		
	3.	Подготовка к сдаче контрольного норматива 100 м. Часть 1.		
<b>Самостоятельная работа</b>		4		
	1.	Составление комплексов упражнений.		
	2.	Овладение техникой строевых упражнений. Часть 1. Часть2.		
	3.	Совершенствование техники аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 1. Часть 2.		
<b>Тема 3.2. Приём контрольных нормативов.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	1.	Приём контрольных нормативов.		2
<b>Тема 3.3. Контрольное занятие. Проставление зачётов.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	1.	Контрольное занятие.		
	2.	Приём контрольных нормативов.		
	3.	Сдача контрольных нормативов.		
<b>Самостоятельная работа</b>		8		
	1.	Самостоятельная работа над оздоровительной программой по заболеванию для специальной медицинской группы.		
	2.	Совершенствование техники общей и скоростной выносливости. Часть 1. Часть2.		
<b>VI семестр</b>			<b>30/30</b>	
<b>Раздел 2. Легкая атлетика.</b>				
<b>Тема 4.1.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	

<p><b>Развитие скоростных способностей.</b> <b>Совершенствование в технике стартового ускорения. Часть 1.</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol>	<p>Развитие и совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции (старт, разбег, финиширование). Часть 1.</p> <p>Повышение уровня ОФП.</p> <p>Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, выносливости, координации движений, ловкости и т.д.)</p>		2
<p><b>Тема 4.2.</b> <b>Развитие скоростных способностей.</b> <b>Совершенствование в технике стартового ускорения. Часть 2.</b></p>	<p><b>Практические занятия</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>		2	
<p>Развитие скоростных способностей. Обучение элементам техники спортивных и подвижных игр. Часть 2.</p> <p>Совершенствование в технике стартового ускорения. Часть 2. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.)</p> <p>Овладение и закрепление элементов техники спортивных и подвижных игр.</p> <p>Применение изученных способов в игре.</p>	2			
<p><b>Тема 4.3.</b> <b>Развитие скоростных способностей. Приём контрольного норматива 100 м. Часть 1.</b></p>	<p><b>Практические занятия</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>		2	
<p>Развитие скоростных способностей. Часть 1.</p> <p>Обучение и совершенствование технике бега на коротких дистанции.</p> <p>Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.)</p> <p>Приём контрольного норматива 100 м. Часть 1.</p>	2			
<p><b>Тема 4.4.</b> <b>Развитие скоростных способностей. Прием контрольного норматива 100 м. Часть 2.</b></p>	<p><b>Практические занятия</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol>		2	
<p>Развитие скоростных способностей. Часть 2.</p> <p>Обучение и совершенствование технике бега на коротких дистанции.</p> <p>Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.)</p> <p>Приём контрольного норматива 100 м. Часть 2.</p>	2			

<b>Тема 4.6.</b> <b>Развитие гибкости, координационных способностей.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развитие гибкости, координационных способностей.</li> <li>2. Обучение технике акробатических элементов.</li> <li>3. Совершенствование в технике акробатических элементов.</li> <li>4. Выполнение акробатических упражнений согласно нормативам.</li> </ol>			2
<b>Тема 4.8..</b> <b>Основы закаливания.</b> <b>Водолечение.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы закаливания.</li> <li>2. Основы водолечения.</li> <li>3. Применение изученных способов на практике..</li> </ol>			2
<b>Тема 5.1.</b> <b>Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 1.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 1.</li> <li>2. Воспитание коллективизма, активного отношения к занятиям. Применение этих качеств в коллективной игре.</li> <li>3. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни.</li> <li>4. Общие задачи (подбор специальных и общеразвивающих упражнений, соответствующих возрасту и физической подготовленности).</li> <li>5.</li> </ol>			2
<b>Тема 5.2.</b> <b>Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей. Часть 2.</li> <li>2. Развитие скоростных качеств.</li> <li>3. Воспитание коллективизма, активного отношения к</li> </ol>			2

способностей. Часть 2.	4. 5.	занятиям. Применение этих качеств в коллективной игре. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни. Общие задачи (подбор специальных и общеразвивающих упражнений, соответствующих возрасту и физической подготовленности).		
Тема 5.3. Развитие основных физических качеств.	<b>Практические занятия</b>		2	
	1. 2. 3. 4. 5.	Совершенствование в технике спортивных и подвижных игр. Повышение уровня ОФП (специальные беговые упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Овладение и закрепление элементов техники спортивных и подвижных игр. Применение изученных способов в игре.		2
Тема 5.4. Круговая тренировка. Часть 1.	<b>Практические занятия</b>		2	
	1. 2. 3. 4. 5.	Обучение технике «круговая тренировка». Часть 1. Повышение уровня ОФП (специальные упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, координации движений, ловкости и т.д.) Овладение и закрепление элементов техники спортивных и подвижных игр. Применение изученных способов в игре.		2
Тема 5.5. Развитие основных физических качеств. Круговая тренировка. Часть 2.	<b>Практические занятия</b>		2	
	1. 2. 3. 4.	Обучение технике «круговая тренировка». Часть 2. Повышение уровня ОФП (специальные упражнения). Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, выносливости, координации движений, ловкости и т.д.) Овладение техникой и развитие гибкости, координационных		

		<p>способностей. Часть 2.</p> <p>5. Основные направления развития физических качеств. Закрепление техники выполнения общих физических упражнений и упражнений на выносливость.</p> <p>6. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни.</p>		
<b>Тема 5.6.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
<b>Развитие аэробных функциональных возможностей, координационных способностей.</b>	<p>1. Развитие и совершенствование упражнений на развитие аэробных функциональных возможностей.</p> <p>2. Совершенствование упражнений на развитие силы и силовой выносливости.</p> <p>3. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, выносливости, координации движений, ловкости и т.д.).</p> <p>4. Овладение техникой и развитие гибкости, координационных способностей.</p> <p>5. Основные направления развития физических качеств.</p> <p>6. Закрепление техники выполнения общих физических упражнений и упражнений на выносливость.</p> <p>7. Формирование ценностной ориентации и мотивации здорового образа жизни.</p>			
<b>Тема 5.7.</b>	<b>Практические занятия</b>		2	
<b>Развитие основных физических качеств. Общая физическая подготовка. Часть 1.</b>	<p>1. Развитие и совершенствование упражнений на развитие силы и силовой выносливости. Часть 1.</p> <p>2. Повышение уровня ОФП.</p> <p>3. Закрепление элементов техники на развитие силы и силовой выносливости в спортивных и подвижных играх.</p> <p>4. Применение изученных способов в игре.</p>			

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствование в технике спортивных игр, перемещения, стоек, верхней и нижней передачи мяча двумя руками. Часть 2.</li> <li>2. Закрепление техники выполнения специальных подводящих упражнений верхней и нижней передач.</li> <li>3. Обучение технике передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и после перемещения.</li> <li>4. Владение техникой верхней и нижней передачи мяча в волейболе.</li> </ol>		
<b>Тема 6.1. Приём контрольного норматива.</b>	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приём контрольного норматива.</li> </ol>		
<b>Тема 6.2. Контрольное занятие. Сдача контрольных нормативов.</b>	<b>Практические занятия</b>	<b>2</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выполнение контрольных нормативов.</li> <li>2. Сдача контрольных нормативов.</li> </ol>		
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>36</b>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тематика рефератов: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Лечебная физкультура при различных заболеваниях.</li> <li>- Деятельность кабинетов ЛФК в различных медицинских учреждениях.</li> </ul> </li> <li>2. Составление комплексов упражнений.</li> <li>3. Совершенствование техники бега на короткие, средние и длинные дистанции, дыхательные упражнения, утренняя гимнастика.</li> <li>4. Самостоятельная работа над оздоровительной программой по заболеванию для специальной медицинской группы.</li> <li>5. Совершенствование техники владения мячом в волейболе, выполнение утренней гимнастики, составление комплексов</li> </ol>		

		дыхательных упражнений, на развитие прыгучести и координации.		
			<b>Итого</b>	<b>138</b>

Для характеристики уровня усвоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1.- ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2.- репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3.- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация рабочей программы учебной дисциплины требует наличия открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий и спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета и спортивного зала:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- спортивный инвентарь.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- многофункциональный принтер;
- музыкальный центр.

Оборудование спортивного зала и спортивной площадки:

- гантели;
- тренажеры;
- гири;
- баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные мячи;
- скакалки;
- гимнастические коврики;
- скамейки;
- секундомеры;
- ракетки для бадминтона и настольного тенниса и т.д.

## 3.2. Информационное обеспечение обучения

### Информационное обеспечение реализации программы

#### Основные электронные издания

1. Агеева Г. Ф. Плавание : учебное пособие для спо / Г. Ф. Агеева, В. И. Величко, И. В. Тихонова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 64 с. — ISBN 978-5-8114-9471-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/195475>
2. Агеева Г. Ф. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие для спо / Г. Ф. Агеева, Е. Н. Карпенкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 68 с. — ISBN 978-5-8114-7558-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174984>
3. Безбородов А. А. Практические занятия по волейболу : учебное пособие для спо / А. А. Безбородов. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 92 с. — ISBN 978-5-8114-8344-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/193301>
4. Журин А. В. Волейбол. Техника игры : учебное пособие для спо / А. В. Журин. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-5849-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156624>
5. Зобкова Е. А. Основы спортивной тренировки : учебное пособие для спо / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 44 с. — ISBN 978-5-8114-7549-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174986> (дата обращения: 13.01.2022). — Режим доступа: для авториз. Пользователей
6. Калуп С. С. Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и мас-сажа. Массаж : учебное пособие для спо / С. С. Калуп. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-9320-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/189469>
7. Орлова Л. Т. Настольный теннис : учебное пособие для спо / Л. Т. Орлова, А. Ю. Марков. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 40 с. — ISBN 978-5-8114-7886-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/166937>
8. Тихонова И. В. Лыжный спорт. Методика обучения основам горнолыжной техники : учебное пособие для СПО / И. В. Тихонова, В. И. Величко. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 36 с. — ISBN 978-5-8114-7547-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174988>
9. Садовникова Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе : учебное пособие для спо / Л. А. Садовникова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 60 с. —

ISBN 978-5-8114-7201-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156380>

**Дополнительные источники**

1. Среднее профессиональное образование: периодическое подписное издание

СОГЛАСОВАНО:

Зав. библиотекой



A handwritten signature in blue ink, appearing to be "С.И. Ласковая", written over a horizontal line.

Ласковая С.И.

Подпись преподавателя:  Лобачев В.П. / Малюков А.С.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Уметь:</b>	
1. Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Отчет по дневнику самоконтроля, реферат.
<b>Знать:</b>	
1. О роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека	тестирования, зачет.
2. Основы здорового образа жизни	комплекс глазодвигательной, дыхательной, коррекционной гимнастики; ЛФК: массаж по заболеваниям, собеседование; реферат.

## 5. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В целях реализации индивидуального подхода к обучению обучающихся, осуществляющих учебный процесс по собственной траектории в рамках индивидуального рабочего плана, изучение данной дисциплины базируется следующих возможностях: обеспечение внеаудиторной работы со студентами, в том числе, в электронной образовательной среде с использованием соответствующего программного оборудования, дистанционных форм обучения, возможности Интернет-ресурсов, индивидуальных консультаций и т.д.

## 6. ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Реализация программы воспитания обучающихся, направленная на формирование профессиональных качеств личности, чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде, бережного отношения к здоровью, эстетических чувств и уважения к ценностям семьи.

№ п/п	Направления воспитательной работы	Комплекс критериев оценки личностных результатов обучающихся
1.	Формирование профессиональных качеств личности	– демонстрация интереса к будущей специальности; – оценка собственного продвижения, личностного развития; – ответственность за результат учебной деятельности и подготовки к профессиональной деятельности; – участие в исследовательской и проектной работе; – участие в олимпиадах по специальности, викторинах, в предметных неделях; – участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах
2.	Нравственное воспитание	– соблюдение этических норм общения при взаимодействии с

		<p>обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде;</li> <li>– демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа</li> </ul>
3.	Формирование гражданско-патриотической позиции, социальной ответственности	<ul style="list-style-type: none"> <li>– сформированность гражданской позиции;</li> <li>– проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества;</li> <li>– проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону;</li> <li>– участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях</li> </ul>
4.	Работа по противодействию терроризму и иным проявлениям экстремизма	<ul style="list-style-type: none"> <li>– готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах;</li> <li>– отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся;</li> <li>– отсутствие социальных конфликтов среди обучающихся, основанных на межнациональной, межрелигиозной почве</li> </ul>
5.	Воспитание положительного отношения к труду	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проявление высокопрофессиональной трудовой активности;</li> <li>– положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов</li> </ul>
6.	Волонтерская деятельность и добровольчество	<ul style="list-style-type: none"> <li>– добровольческие инициативы по поддержке инвалидов и престарелых граждан;</li> </ul>

		– участие в волонтерском движении
7.	Формирование здорового образа жизни	– демонстрация навыков здорового образа жизни и высокого уровня культуры здоровья обучающихся
8.	Экономическое воспитание	– проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности; – проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве
9.	Экологическое воспитание	– демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии; – проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира

Разработчики:

ГБПОУ СК «Пятигорский медицинский колледж»

Преподаватель физического воспитания Лобачев В.П. *Лобачев*

Преподаватель физического воспитания Малюков А.С. *Малюков*